

RECETARIO

REMEDIOS CASEROS
NATURALES PARA CONSUMO
EN EL CALOR DEL
HOGAR!

Este fanzine es una recopilación de
remedios / medicinas naturales
usadas por nuestras madres y
abuelas durante muchos años dentro
del calor de nuestras familias,
tratando de prescindir de toda la
basura que el sistema quiere
camuflar dentro de la medicina
occidental, buscamos la manera de
que las recetas ancestrales,
naturales, que nos han dejado
nuestras antepasadas, nos brinden
soberanía y nos liberen del
sometimiento escondido dentro de
pastillas y químicos innecesarios
que por años han insistido en
adentrarse dentro de nuestros
cuerpos.

Autorizamos la difusión, plagio,
copia, reproducción, impresión, uso,
intervención, destrucción de este
fanzine.

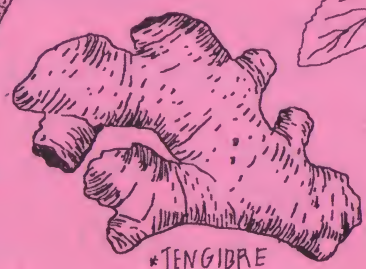
Manizales 2019
MalezaxNaturaleza



*SAÚCO



*LIMÓN

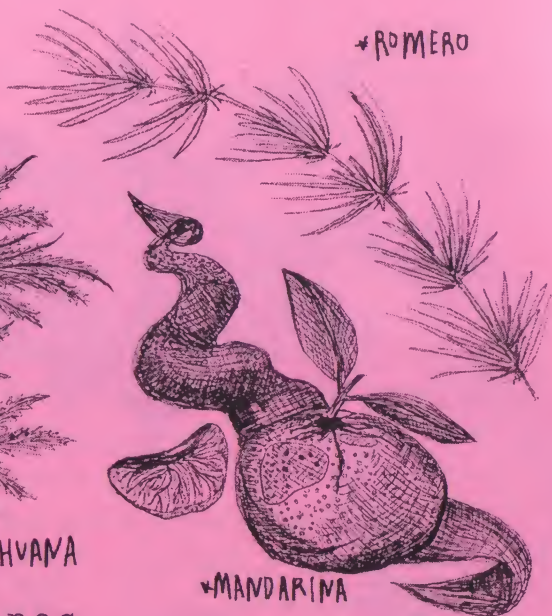


*JENGIBRE



*PRONTO
ALIVIO

Para la gripe.
Saúco, Limón, limoncillo, jengibre
y pronto alivio.
En una olla con agua o
aguadepanela se vierten todas las
plantas, se deja hervir y luego
reposar por aproximadamente 5
minutos.
Tomar por la noche antes de
dormir y si se desea, acompañar
con un poquito de miel.



Para los dolores.

Cannabis, Cascara de Mandarina y ramas de Romero.

Se hace una infusión de las tres plantas por separado.

Una vez se tenga el resultado de la infusión, se dejan reposar y cuando estén frías se mezclan las tres en iguales cantidades.

Esta mezcla se unta sobre el cuerpo después del baño y se deja sobre la piel para que esta actúe.

Se aplica en donde hayan dolores musculares, artritis, problemas de articulaciones y huesos.

Se guarda en un frasco oscuro en un lugar fresco donde no reciba sol directo.



Para gripes, congestiones nasales y respiratorias:
Remolacha, eucalipto y cáscara de papa: Realizar vaporizaciones poniendo a hervir en medio litro de agua una rodaja de remolacha un puñado de hojas de eucalipto y la cáscara de una papa. Mientras hierve, se inclina la cabeza sobre el recipiente a una distancia apropiada de manera que se reciban vapores. Respirar profundamente y ayudarse con una toalla sobre la cabeza que permita concentrar el vapor. Hacer en las noches antes de dormir y sin salir a serenarse posteriormente.



*PAICO

Como purgante: machacar una hoja de paico y recoger el líquido resultante y tomar una cucharada sin mezclar con ninguna otra sustancia.

A su vez, poner una hoja de paico sobre el estómago mientras este hace efecto.



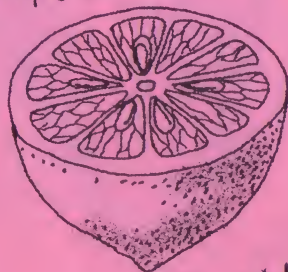
↓ SÁBILA

Para la fiebre

Sábila: Tomar la hoja de la planta, extraer el cristal con el lado no filoso del cuchillo, frotar en el cuerpo y dejar bajo las rodillas flexionadas y en los sobacos hasta que absorban el calor del cuerpo.



*SAÚCO

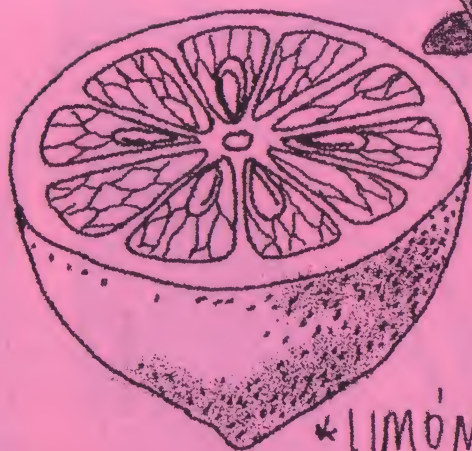


*LIMÓN

Para la gripe

Hojas y flores de saúco y Limón:
Hervir el agua durante 5 minutos,
retirar del fuego, añadir 2
cucharadas de saúco en 1 taza de
agua o aguapanela. Dejar reposar
15 minutos y agregar gotas de
limón. Si es preparada en agua,
puede agregar 1 cucharadita de
propóleo o miel.

*RÁBANO PICANTE
o WASABI



*LIMÓN



Para deshacer las mucosidades
Rábano picante y Limón: Los
potentes efluvios del rábano
picante recién rayado disuelven las
mucosidades de los bronquios y
senos nasales de forma rápida y
eficaz; la mezcla con zumo de limón
fresco dobla su eficacia. Llene un
tazón con rábano picante recién
rallado, añada suficiente zumo
fresco de limón para formar una
pasta y tome 1/2 cucharadita 2-3
veces al día, según convenga.



Para la gastritis:

Papaya, mango, melón: Variando el fruto, tomar en ayunas la bebida resultante de licuar la pulpa del fruto deseado con cristal de sábila.



*CÁSCARA DE PLÁTANO MADURO.

Para aumentar la producción de leche materna.

Poner a hervir cáscaras de plátano maduro en agua de panela. Al momento de tomar se le puede agregar leche vegetal.



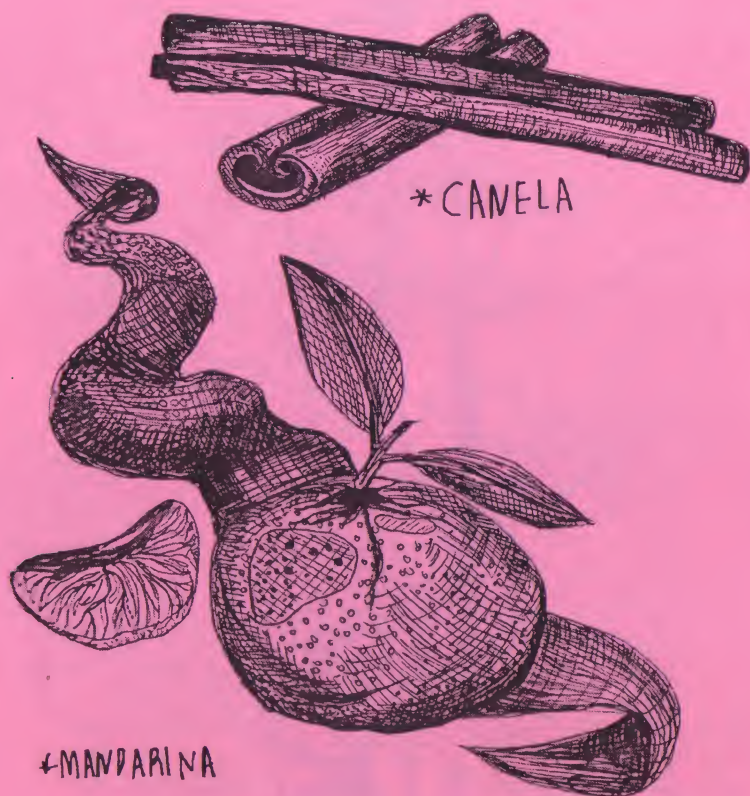
*ORTIGA
PRINGAMOSA

Para limpiar la matriz.
Se realiza infusión de pringamosa
poniendo unas hojitas en agua
hervida y dejando reposar.
Esta infusión es muy común para
limpiar la matriz en estado de dieta
después de dar a luz.



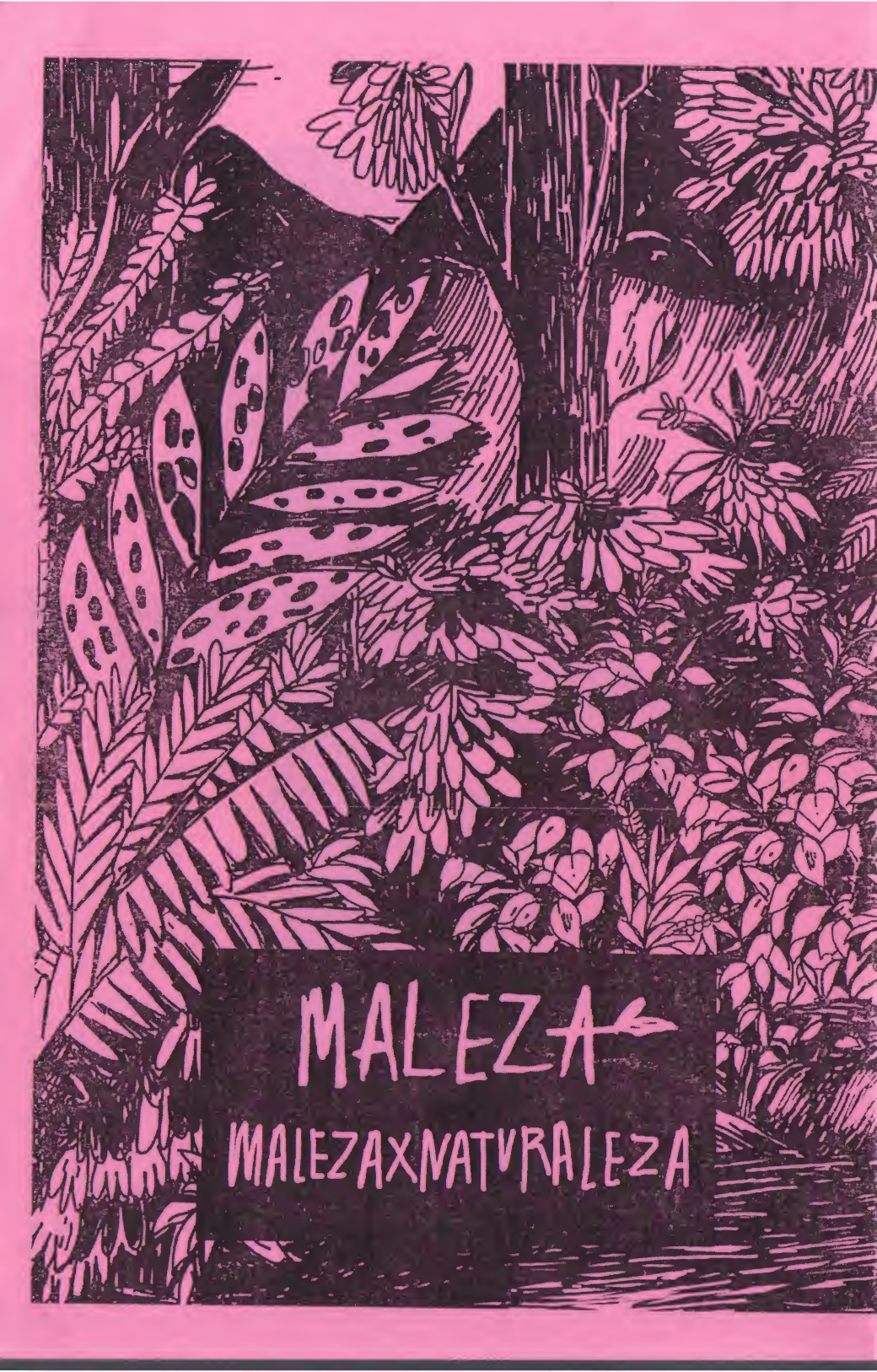
*CILANTRO

Para el insomnio:
Infusión de cilantro



En una olla con agua se ponen las
cascaras de mandarina y los
bastoncitos de canela. (El doble de
cascaras por la cantidad de agua)
cuando rompa el primer hervor se
apaga el fuego y se pone el rostro a
una distancia prudente para
respirar todo el vapor.
Se puede cubrir el rostro con una
tela ligera para cuidarnos de
quemaduras con el vapor caliente.





MALEZA

MALEZA X NATURALEZA

MALEZA
x
NATURALEZA

